



Casi 300 personas en EE.UU. han sido parte de un seguimiento por 25 años:

El cerebro de los "superancianos" da pistas para frenar el deterioro cognitivo

Se trata de adultos de 80 años o más, pero que conservan habilidades mentales de individuos hasta tres décadas más jóvenes. Conocer qué hay detrás puede ayudar a desarrollar estrategias para retrasar o prevenir patologías como el Alzheimer.

C. GONZÁLEZ

Existen adultos que tienen 80 años o más y muestran una función cerebral y una memoria excepcionales, comparables a las de personas al menos dos o tres décadas más jóvenes. Se trata de los llamados "superancianos", quienes desafían la creencia arraigada de que el deterioro cognitivo es una parte inevitable del envejecimiento.

El concepto "superancianos" ("superagers", en inglés) fue acuñado por Marsel Mesulam, fundador e investigador del Centro Mesulam de Neurología Cognitiva y Enfermedad de Alzheimer de la U. de Northwestern (EE.UU.), a fines de los 90.

Desde entonces, científicos de dicha universidad han estudiado a casi 300 personas con el propósito de encontrar la fórmula de envejecer con un cerebro sano. Y, de paso, encontrar potenciales usos terapéuticos para retrasar o prevenir patologías como demencias y Alzheimer.

"Es un tema sumamente interesante, sobre todo ahora que la expectativa de vida va en aumento y la posibilidad de que una proporción importante de las personas tenga un deterioro cognitivo es real, por lo que necesitamos todo el conocimiento que nos permita prevenir ese deterioro", dice Rafael Jara, *past president* de la Sociedad de Geriátría y Gerontología de Chile.

Parte de lo observado en estos 25 años fue dado a conocer ayer por los investigadores, liderados por Sandra Weintraub, profesora de Psiquiatría en Northwestern. Por ejemplo, al analizar el rendimiento de la memoria de los "superancianos" en pruebas de recuerdo de palabras o imágenes,

estos obtuvieron resultados similares a los de personas de entre 50 y 60 años.

Felipe Salech, geriatra y académico del Departamento de Neurociencia de la U. de Chile, comenta que "la información que entrega este tipo de estudios es muy relevante para quienes trabajamos en salud. Cuando vemos causas por las que las personas pierden funcionalidad, el deterioro cognitivo es de las más frecuentes".

Ejercicio y amistad

El estudio también mostró que si bien hay factores genéticos, había estilos de vida comunes, como hacer ejercicio, aunque en distintos grados. "Desde el punto de vista clínico, sabemos que las intervenciones basadas en estilos de vida saludables tienen resultados más sólidos a largo plazo", dice Salech.

Además de mayor resiliencia (la capacidad de sobreponerse a las adversidades), un factor que destacaba

entre los "superancianos" es que todos poseían relaciones interpersonales sólidas.

"Hay muchos factores protectores, pero hay algo que tiene que ver con la participación social, que marca una diferencia y contribuye a que las personas mantengan una buena función cognitiva en la vejez", dice Andrea Slachevsky, investigadora principal del Centro de Gerociencia, Salud Mental y Metabolismo (GERO), quien participa en un estudio a nivel local, en conjunto con las universidades de Chile y Harvard, para conocer a los "superancianos" chilenos, el que aún está reclutando participantes.

A través de autopsias de 77 cerebros donados, Weintraub y sus colegas encontraron otras pistas: "A diferencia de los cerebros que envejecen normalmente, los 'superancianos' no muestran un adelgazamiento significativo de la corteza, la capa externa del cerebro", dice la investigadora.

Esta región del cerebro desempeña un papel crucial en la integración de

la información relacionada con la toma de decisiones, las emociones y la motivación. "Además de la memoria, hay distintas habilidades cognitivas que pueden estar más presentes en estas personas, como el lenguaje, la capacidad de orientación o las funciones ejecutivas (planificar, ejecutar y evaluar una tarea)", dice Jara.

Asimismo, comparados con los cerebros de otras personas de su edad, los "superancianos" también tienen más neuronas de Von Economo de lo normal. Según Slachevsky, estas células nerviosas son esenciales para el comportamiento social y la empatía.

Algunos de los cerebros estudiados también contenían proteínas amiloides y tau, que se sabe que desempeñan un papel clave en la progresión de la enfermedad de Alzheimer. Según Weintraub, "esto indica que poseen cerebros extremadamente resistentes al deterioro cognitivo, porque o bien no producen ni placas ni ovillos amiloides y tau, o bien si los crean no afectan a su cerebro".



PEKELS/CREATIVE COMMONS

Un factor común entre los "superancianos" es que todos poseen relaciones interpersonales sólidas. Quienes deseen participar en un estudio sobre esta población en Chile pueden escribir a gerocoordinacion@gmail.com.